

فيروس كورونا الجديد (COVID-19)

تأثير أمر مسؤول الصحة في الحياة اليومية الأسئلة الشائعة

إن أمر إعادة فتح أكثر أماًناً في العمل وفي المجتمع من أجل COVID-19 هو أمر صادر من مسؤول الصحة لإبطاء انتشار COVID-19 وحماية أفراد مجتمعنا. الأمر:

- يتيح فتح العديد من الشركات والواقع العامة ، طالما أنها تتبع إرشادات المساعدة في منع COVID-19
 - يتطلب من الأشخاص استخدام أغطية الوجه القماشية * عندما يكونون على اتصال أو من المحتمل أن يكونوا على اتصال بالأشخاص خارج المنزل
 - يوصي بشدة الأشخاص الذين هم في خطر كبير للإصابة بمرض خطير من COVID-19 بمغادرة منزتهم فقط للضروريات.
- تحتوي هذه الأسئلة الشائعة على معلومات بشأن الأمر وكيف يمكن أن يؤثر على حياتك اليومية. لمعرفة المزيد عن COVID-19، وكيفية حماية نفسك، وأنواع الواقع المفتوحة في مقاطعة لوس أنجلوس قم بزيارة: 4

ما هي الأماكن المفتوحة
بمقاطعة لوس أنجلوس

• اختبر بحكمة وقل من خطر
COVID-19
اصابتك بـ
خارج المنزل

الأسئلة الشائعة عن - COVID-19

19

انقر على الروابط أدناه للانتقال إلى الموضوع الذي ترغب في معرفة المزيد عنه

1	خطة التعافي.....
2	أمر مسؤول الصحة
3	التباعد الاجتماعي (الجسيدي) ومكافحة العدوى.....
4	احتياجات الرعاية للفرد والأسرة
4	العمل/التوظيف
4	المدرسة، رعاية الطفل، المخيمات والتعلم
5	الرعاية الصحية.....
5	السوق والمطعم
6	الخدمات الدينية
6	التجمعات والمناسبات.....
7	تقديم الرعاية
7	الإسكان والسلامة.....
7	الأنشطة القانونية والمدنية
8	اللياقة والترويح والترفيه
9	السفر
10	اعرف المزيد.....

خطة التعافي

• ما هي خطة إعادة فتح مقاطعة لوس أنجلوس؟

قامت مقاطعة لوس أنجلوس بمواصلة خططها لإعادة فتح المقاطعة بخارطة الطريق لمقاومة الوباء في كاليفورنيا. هذه خطة على مستوى الولاية تتكون من أربع مراحل توجه إعادة فتح الأعمال التجارية والأماكن العامة والقطاعات في كاليفورنيا. المراحل هي:

- المرحلة 1: السلامة والاستعداد
- المرحلة 2: إعادة فتح أماكن العمل الأقل خطورة والمساحات الأخرى
- المرحلة 3: إعادة فتح أماكن العمل عالية المخاطر والمساحات الأخرى
- المرحلة 4: تخفيف القيود النهائية التي ستؤدي إلى انتهاء أمر البقاء في المنزل

ينتثل هدف مقاطعة لوس أنجلوس في ضمان استمرارنا في إبطاء انتشار COVID-19 ومنع زيادة عدد الحالات في منشآت الرعاية الصحية، مع السماح



فيروس كورونا الجديد (COVID-19)

تأثير أمر مسؤول الصحة في الحياة اليومية الاسئلة الشائعة

بالعودة التدريجية والأمنة لبعض الأنشطة خارج المنزل. تلت مقاطعة لوس أنجلوس موافقة من الولاية على فتح الأعمال التجارية ومساحات أخرى بترتيب مختلف أو بوتيرة مختلفة عن خطة الولاية - بناءً على الاحتياجات المحلية. ومع ذلك، لا يجوز إعادة فتح المقاطعة بشكل أسرع من الولاية، ويجب أن تنتظر حتى تصدر الولاية توجيهات لأي قطاع قبل إعادة الفتح على المستوى المحلي. ستأخذ الصحة العامة بعين الاعتبار احتياجات مقاطعتنا عند تقديم توصيات إلى مجلس المشرفين للمساعدة في توجيه عملية التعافي.

خلال كل مرحلة من مراحل التعافي، سيحتاج السكان إلى مواصلة الممارسات التي يمكن أن تمنع انتشار COVID-19: التباعد الاجتماعي (الجسدي)، وارتداء أغطية الوجه القماشية في الأماكن العامة (مثل متاجر البقالة والممرات والحدائق ومتاجر البيع بالتجزئة والمكاتب)، وغسل أيديهم، والعزل الذاتي في حالة المرض، والحجر الذاتي إذا تم تحديده على أنه جهة اتصال وثيق مع شخص مصاب بالفيروس.

• ما مدى سرعة تحركنا خلال مراحل إعادة الفتح؟

مقاطعة لوس أنجلوس حاليًا في المرحلة (3) من عملية إعادة الفتح. وكما ذكرنا، تتماشى خطة التعافي في مقاطعة لوس أنجلوس مع خارطة طريق كاليفورنيا لمواجهة الوباء، ولكن بناءً على احتياجاتنا المحلية، يمكن لمسؤول الصحة بالمقاطعة ومجلس المشرفين تعديل وتيرة إعادة فتح الأعمال التجارية والواقع العامة في مقاطعة لوس أنجلوس. ومع عدم وجود لقاح أو علاج مثبت، لا يزال COVID-19 يمثل تهديدًا كبيرًا، لذلك عند اتخاذ القرارات، سنرافق بعناية: (أ) عدد الحالات، والعلاج في المستشفيات والوفيات؛ (ب) ما إذا كان نظام الرعاية الصحية قادرًا على التعامل مع الزيادة المستمرة في الحالات؛ (ج) توفير معدات الحماية الشخصية المتاحة لتقديمي الرعاية الصحية والموظفين؛ (د) توفر الاختبارات، خاصة بالنسبة للفئات الضعيفة والوظائف أو الأماكن عالية المخاطر؛ (هـ) القدرة على العزل السريع للأشخاص المصابين بـCOVID-19 وتطبيق الحجر الصحي على جهات الاتصال الوثيق الخاصة بهم لمنع انتشار COVID-19.

• أمر مسؤول الصحة

• ما هو أمر مسؤول الصحة لإعادة فتح أكثر أماًناً في العمل وفي المجتمع لمكافحة COVID-19؟

أمر إعادة فتح أكثر أماًناً في العمل وفي المجتمع لمكافحة COVID-19 (الأمر) هو أمر قانوني صادر عن مسؤول الصحة في مقاطعة لوس أنجلوس للمساعدة في إبطاء انتشار COVID-19 وحماية الأفراد في مجتمعنا الذين هم الأكثر عرضة للإصابة بمرض خطير بسبب COVID-19. يتواافق الأمر مع أوامر COVID-19 التنفيذية الصادرة عن ولاية كاليفورنيا وأوامر مسؤول الصحة.

• ماذا يتطلب الأمر؟

• السماح بالفتح المشروط لبعض الأعمال والقطاعات والأنشطة في مقاطعة لوس أنجلوس، بطرق تقلل من خطر التعرض لـ COVID-19 للموظفين والمستخدمين والزوار - على النحو المسموح به بموجب الأمر التنفيذي للولاية وأوامر مسؤول الصحة.

• مطالبة الأشخاص بارتداء غطاء الوجه القماشي* الذي يغطي أنوفهم وأفواههم عندما يكونون أو يحتمل أن يكونوا على اتصال بالآخرين خارج منزلهم. هذا مطلوب في الداخل والخارج وفي كل من الأماكن العامة والخاصة.

• يستمر في التوصية بشدة بعدم مغادرة الأشخاص الذين تبلغ أعمارهم 65 عامًا أو أكثر والأشخاص من أي عمر والذين يعانون من ظروف صحية نشطة أو غير مستقرة موجودة مسبقًا لمنازلهم إلا للضروريات، مثل شراء الطعام أو ممارسة الرياضة أو الرعاية الطبية.

• ما هي أنواع الأعمال التجارية والأماكن العامة التي تتطلب مغادرة منزلك أثناء سريان الأمر؟

طالما أنهم يتبعون إرشادات المقاطعة للتباعد الاجتماعي (الجسدي) ومكافحة العدوى، فإن العديد من أنواع الأعمال التجارية والمؤسسات والأماكن العامة في مقاطعة لوس أنجلوس يمكن أن تكون مفتوحة للجمهور وتستأنف الأنشطة. يتم سرد الأمثلة على "ما هو مفتوح في مقاطعة لوس أنجلوس". يتضمن هذا الملخص أيضًا روابط إلى بروتوكولات المقاطعة، والتي تحدد الخطوات التي تخطوها الأعمال التجارية والمؤسسات والجمهور التي يجب اتخاذها للمساعدة في إبطاء انتشار COVID-19 في هذه الموضع. وبينما نتحرك نحو عملية التعافي، سيتم إعادة فتح مواقع إضافية، وسيظل من المهم الآن - كما كان في بداية الوباء - اتباع هذه القواعد لإعادة الفتح للمساعدة في الحفاظ على سلامة الجمهور قدر الإمكان ومنع نقاشي COVID-19.

• متى يمكنك مغادرة منزلك أثناء سريان الأمر؟

لا توجد قيود على الوقت الذي يمكن فيه للأفراد مغادرة منزلكم، إذا كانوا يرتدون غطاء الوجه القماشي* عندما يكونون بالقرب من الآخرين ويبعدون عن أولئك الذين ليسوا من أفراد أسرتهم. ومع ذلك، هناك خطورة كبيرة لعرضك إلى COVID-19 عندما تكون حول الآخرين الذين ليسوا من أفراد أسرتك. لذلك يرجى البقاء في المنزل قدر الإمكان. يُسمح بالأنشطة التالية، طالما تقوم باتباع متطلبات التباعد الاجتماعي (الجسدي):

• المشاركة في الأنشطة المهمة لصحة وسلامة أفراد أسرتهم وحديتهم المعيشية (بما في ذلك الحيوانات الأليفة)، مثل الذهاب إلى الطبيب أو الطبيب البيطري أو الحصول على الإمدادات الطبية أو الأدوية.



فيروس كورونا الجديد (COVID-19)

تأثير أمر مسؤول الصحة في الحياة اليومية الاسئلة الشائعة

- الحصول على أو تقديم الخدمات واللوازم - مثل البقالة - لأنفسهم ولأفراد الأسرة أو الوحدة المعيشية.
- رعاية القاصرين والمسنين والمعالين والأشخاص ذوي الإعاقة أو الأشخاص الضعفاء الآخرين.
- الحصول على دعم شخصي للصحة السلوكية أو اضطراب تعاطي المخدرات في المجتمعات مجموعة صغيرة، مثل مدمني الكحول المجهولين أو المخدرات المجهولين، أو لتقديم المشورة الدينية، طالما كان هناك 10 أشخاص أو أقل.
- العمل في شركة مفتوحة أو للقيام بالحد الأدنى من العمليات الأساسية في شركة واحدة مغلقة مؤقتًا.
- العمل أو التطوع أو الحصول على الخدمات في عمليات الرعاية الصحية.
- الوصول إلى الخدمات الحكومية الأساسية، مثل الحصول على الخدمات الاجتماعية أو الامتثال لأمر من المحكمة أو أمر إنفاذ القانون.
- المشاركة في الخدمات الدينية/الخاصة بالعبادة.
- المشاركة في بعض الأنشطة الترويحية أو الترفيهية.
- التسوق في مؤسسات البيع بالتجزئة.

يجب على الأشخاص الذين يبلغون 65 عامًا أو أكبر وأولئك الذين يعانون من حالات صحية كامنة مغادرة المنزل فقط لأنشطة أساسية مثل الحصول على الرعاية الطبية أو الطعام، لأنهم أكثر عرضة للإصابة بمرض خطير بسبب COVID-19. يجب أن يبقوا في المنزل قدر الإمكان؛ ويطلبون خدمة توصيل البقالة والأدوية والسلع الضرورية؛ ويتصلون ب يقدم الخدمة الصحية فورًا إذا كان لديهم أعراض خفيفة. وقد أوصت الصحة العامة بشدة بأن يقدم أصحاب العمل لهم إمكانية العمل عن بعد أو توفير ترتيبات أخرى.

- ما المدة التي سيستمر فيها تنفيذ الأمر؟
يسري هذا الأمر حتى يتم تمديده أو توسيعه أو تحديده لحماية صحة الجمهور.
- هل يتعين على المقيمين في مقاطعة لوس أنجلوس اتباع أوامر مقاطعة لوس أنجلوس وكاليفورنيا؟
يجب على جميع المقيمين في السلطة القضائية لإدارة الصحة العامة بمقاطعة لوس أنجلوس (جميع أنحاء المقاطعة باستثناء مدینتي لونج بيتش وباسادينا) اتباع أمر مقاطعة لوس أنجلوس، والذي يتماشى مع أمر ولاية كاليفورنيا. يوجد في مدینتي لونج بيتش وباسادينا إدارات خاصة بالصحة العامة، ويتعين على المقيمين والأعمال التجارية في تلك المدن مراجعة إدارات الصحة العامة الخاصة بهم للحصول على ارشادات. إذا اختلف الأمر الصادر عن مقاطعة لوس أنجلوس عن أمر الولاية أو المدينة، فيجب على المقيمين الامتثال للأمر الأكثر صرامة.
- ماذا يحدث إذا لم أمتثل للأمر؟
تنق الصحة العامة في أن المقيمين سيتبعون الأمر طواعية لحماية أحبابهم والمقيمين الآخرين ومجتمعنا. ومع ذلك - إذا لم تتبع الأمر - فقد يتم تغريمك أو حبسك أو كليهما.

التبعاد الاجتماعي (الجسدي) ومكافحة العدوى

- ما الخطوات التي يجب اتباعها لمنع انتشار COVID-19؟
يمكن أن ينتشر COVID-19 عندما يكون الناس على اتصال وثيق أو عندما يلمسون شيئاً عليه الفيروس ثم يلمسوا وجوههم. لمنع انتشار COVID-19، يتبع عليك:
(1) الحفاظ على التباعد الجسدي لمسافة ستة أقدام على الأقل من الأفراد الذين ليسوا جزءاً من أسرتك؛ (2) اغسل يديك بشكل متكرر بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل أو استخدم معقم اليدين الذي يحتوي على الكحول بنسبة 60٪ على الأقل؛ (3) قم بارتداء غطاء الوجه القماشي على كلاً من أنفك وفمك عندما تكون - أو من المحتمل أن تكون - على اتصال بأشخاص لا يعيشون في منزلك أو وحدة المعيشة؛ و (4) تجنب جميع الفياغلات الجسدية خارج المنزل عندما تكون مريضاً بالحصى أو السعال، باستثناء الحصول على الرعاية الطبية الضرورية. راجع "["اختر بحكمة وقل من خطر اصابتك بـ COVID-19 خارج المنزل"](#)" للتعرف على أشياء أخرى يمكنك القيام بها لتفادي خطر الإصابة بـ COVID-19 عندما تكون خارج المنزل.
- هل يتبع عليك أداء التباعد الاجتماعي (الجسدي) مع أفراد الأسرة وفي المنزل؟
لا، ليس عليك البقاء على بعد 6 أقدام من الأشخاص الذين يعيشون في نفس المنزل أو الوحدة المعيشية معك. إذا كنت مريضاً، يجب أن تبقى في غرفة منفصلة، ويفضل أن يكون لديك حمامك الخاص، وتقليل الاتصال بالآخرين لتجنب إصابة الآخرين في المنزل.
- هل يمكنك استقبال زواراً؟
 يجب لا تستقبل زواراً، بخلاف الأشخاص الذين يحتاجون إلى تقديم الخدمات الأساسية، مثل تقديم الرعاية أو الإصلاحات. يجب لا يأتي هؤلاء الزائرون إذا كانوا مرضى ويجب ارتداء غطاء الوجه القماشي وممارسة التباعد الاجتماعي (الجسدي) - قدر الإمكان - أثناء وجودك في المنزل. فكر في طرق أخرى للتواصل مع العائلة والأصدقاء، مثل المكالمات الهاتفية أو مكالمات الفيديو.



فيروس كورونا الجديد (COVID-19)

تأثير أمر مسؤول الصحة في الحياة اليومية الأسئلة الشائعة

احتياجات الرعاية للفرد والأسرة

هل يمكنك شراء أغذية الحيوانات الأليفة أو أدوات العناية بحيوانك الأليف؟

نعم. يمكنك الذهاب إلى متجر مستلزمات الحيوانات الأليفة لشراء مستلزمات الحيوانات الأليفة ويمكنك العناية بحيوانك الأليف في عيادة بيطرية أو متجر لتغذية الحيوانات الأليفة أو متجر للعناية بالحيوانات الأليفة. يُسمح أيضًا بالعناية المنتقلة للحيوانات الأليفة. أبق على بعد 6 أقدام على الأقل من الأشخاص الذين هم ليسوا جزءًا من أسرتك واستخدم [غطاء الوجه القماشي](#).

هل معارض وكلاء السيارات مفتوحة؟

يمكن أن تكون وكالات السيارات مفتوحة للإصلاحات، ومستلزمات السيارات، وصالة العرض ومبيعات الإنترنت إذا تم اتباع [متطلبات التباعد الاجتماعي \(الجسدي\) ومكافحة العدوى \(social \(physical\) distancing and infection control requirements\)](#). يمكن إجراء اختبارات القيادة طالما أن الوكيل يقصر الركاب في السيارة أثناء اختبار القيادة على زبون واحد فقط حيث يجلس الموظف في المقعد الخلفي المقابل - عندما يكون قابل للتطبيق. يجب على كل من الزبون والموظفي ارتداء [أغطية الوجه القماشية](#).

هل أعمال العناية الشخصية مفتوحة؟

قد يتم إعادة فتح صالونات الحلاقة وصالونات تصفيف الشعر ولكن يجب على الموظفين والعملاء ارتداء [غطاء الوجه القماشي](#)*. يُسمح بالخدمات التي تتطلب إزالة غطاء الوجه القماشى للزيتون ولكن يجب على العامل ارتداء واقى الوجه بالإضافة إلى أغطية الوجه القماشية خلال هذه الخدمات. بالإضافة إلى ذلك، صالونات الأظافر، وصالونات التسمير، وصالونات التجميل، والعناية بالبشرة، وخدمات التجميل؛ علم الكهرباء، محترفو فن الجسد، صالونات الوشم، و محلات التقب. ويمكن أيضًا فتح العلاج بالتدليك (في غير مؤسسات الرعاية الصحية). إذا تلقيت أيًّا من هذه الخدمات، فقم بحضور [غطاء الوجه القماشى](#)، ويفضل أن يكون من النوع الذي يتم تعليقه على الأنف واستمر في ارتدائه أثناء زيارتك، ويرجى عدم إحضار الآخرين معك إلى موعدك.

العمل/التوظيف

هل يمكنك الذهاب للعمل؟

نعم. إذا كنت تعمل في عمل تجاري يُسمح له بالفتح، فيمكنك الذهاب إلى العمل، طالما أنك تتبع متطلبات التباعد الاجتماعي (الجسدي) ومكافحة العدوى عند السفر إلى/من العمل وأثناء عملك. أبق بعيدًا على الأقل 6 أقدام من الأشخاص الذين ليسوا جزءًا من أسرتك كلما أمكن ذلك واستخدم [غطاء الوجه القماشى](#) إذا كنت – أو من المحتمل أن تكون – على اتصال وثيق بالآخرين. من أجل أن يتم فتحها، يجب على الأعمال التجارية اتباع المتطلبات المتعلقة بمكافحة العدوى والتباعد الاجتماعي (الجسدي). أسأل صاحب العمل عن طرق لقليل فرص انتشار COVID-19، مثل إعادة ترتيب موقع العمل للسماح للموظفين بالحفاظ على مسافة آمنة من الموظفين والزبائن الآخرين، أو جداول العمل البديلة، أو العمل من المنزل.

هل يمكنك التقدم بطلب للحصول على إعانة البطالة إذا كنت قد تأثرت بـ COVID-19؟

إذا قام صاحب العمل بتخفيف ساعات العمل الخاصة بك أو إغلاق العمليات بسبب COVID-19، فيجوز لك تقديم طلبية للتأمين ضد البطالة. انظر https://www.edd.ca.gov/about_edd/coronavirus-2019.htm

المدرسة، رعاية الطفل، المخيمات والتعلم

هل يمكن للأطفال الذهاب إلى مركز رعاية الأطفال؟

نعم. يمكن أن تكون منشآت رعاية الأطفال مفتوحة، طالما أنها تتبع المتطلبات الموضحة في الأمر.

- يجب أن تتم رعاية الأطفال في مجموعات مستقرة من عشرة (10) أو أقل. تعني كلمة "مستقرة" أن الأطفال العشرة (10) أو أقل هم في نفس المجموعة كل يوم. ولا يمكن للأطفال التغيير من مجموعة إلى أخرى.
- إذا تم الاعتناء بأكثر من مجموعة من الأطفال في موقع/منشأة واحدة، فيجب أن تكون كل مجموعة في مكان منفصل ولا يمكن لهذه المجموعات أن تختلط مع بعضها البعض.
- يجب أن يكون كل مقدم رعاية أطفال فقط مع مجموعة واحدة من الأطفال.

هل يمكنك أنت أو أطفالك حضور المدرسة أو الكلية؟

يمكن للمدارس من مرحلة رياض الأطفال وحتى التعليم الثانوي والكليات والجامعات الاستمرار في العمل ولكن يجب أن يتم ذلك بطريقة آمنة بقدر الإمكان للطلاب والمعلمين والموظفين. في هذا الوقت، يمكن للمدارس والكليات والجامعات الاستمرار في تسهيل التعلم عن بعد، وتقديم وجبات الطعام للإسلام، وأداء الوظائف الأساسية أو الحد الأدنى من العمليات التجارية.

هل المكتبات مفتوحة؟



فيروس كورونا الجديد (COVID-19)

تأثير أمر مسؤول الصحة في الحياة اليومية الأسئلة الشائعة

يمكن فتح المكتبات للاستلام من خلال التعامل الشخصي وأو أوصفة الاستلام، إذا كانت المباني التي تقع فيها ليست مغلقة أمام الجمهور وتتبع متطلبات الصحة العامة للتبعاد الاجتماعي (الجسيدي) ومكافحة العدوى. يمكنهم إعادة الكتب والأفلام والعناصر التي تستخدم لمرة واحدة (مثل مجموعات الحرف اليدوية المنزلية) ولكن يجب أن يحدوا من إعادة الألعاب والألعاب. عندما يكون ذلك ممكناً، يجب عليك تسجيل "الحجز" على عنصر من خلال نظام حجز عبر الإنترنت أو الهاتف. عند زيارتك المكتبة الخاصة بك، قم بارتداء غطاء الوجه القماشي وابق على بعد 6 أقدام من المستفيدين والموظفين الآخرين. إذا كانت لديك مشكلات في التنقل، أو لا يمكنك حجز العناصر عبر الإنترنت، أو يجب عليك مغادرة المنزل فقط للضروريات لأنك معرض لخطر أعلى لمضاعفات COVID-19، اسأل مكتبك عن الخيارات الأخرى.

الرعاية الصحية

هل يستطيع أطفالك الذهاب للمخيم؟

نعم! يمكنهم حضور المخيمات النهارية (بما في ذلك المخيمات المتعلقة بالرياضة لبناء المهارات فقط)، على الرغم من أن المخيمات الليلية ليست مفتوحة بعد. ستجري المخيمات النهارية بعض التغييرات المساعدة في الحفاظ على سلامة الموظفين والمخيمين بقدر الإمكان. تتضمن بعض الأمثلة القضاة على الأنشطة التي تتطوّر على التلامس أو اللمس المتكرر للعناصر، وجدولة أوقات التسلیم والاستلام، وإعادة تصميم الأشطّة بحيث يكون المخيمون في مجموعات أصغر. إذا ذهب أطفالك إلى المخيم، اطلب منهم ارتداء غطاء الوجه القماشي* إلا عندما يخبرهم الموظفون أنهم لا يحتاجون إلى ذلك؛ اتباع الإرشادات الخاصة بالتبعاد الاجتماعي (الجسيدي)؛ البقاء مع المجموعة المخصصة لهم؛ وتجنب مشاركة المواد التي يتم لمسها بشكل متكرر مثل لوازم الفنون والمعدات الترفيهية والملابس والألعاب والكتب والألعاب والأجهزة الإلكترونية. إذا أمكن، اطلب منهم إحضار وجباتهم الخاصة والوجبات الخفيفة إلى المخيم.

هل يمكنك مغادرة منزلك لطلب الرعاية الطبية أو تناول الأدوية؟

نعم، يمكنك المغادرة للحصول على الخدمات الأساسية مثل الرعاية الطبية أو لشراء الأدوية. تأكد من الاتصال مقدم الرعاية الخاص بك أولاً لأن العديد من الممارسات تقدم الآن خدمات الطب عن بعد. وبالمثل، تحقق لمعرفة ما إذا كان يمكن توصيل أدويتك إلى منزلك.

هل يمكنك تلقي خدمات رعاية صحية اختيارية وواقية؟

يجب عدم تأخير الخدمات الوقائية الهامة مثل زيارات رعاية الطفل والتطعيم والفحوصات الصحية الأخرى، بما في ذلك فحوصات السرطان. كلما كان ذلك مناسباً ومتلحاً، فكر في الاستفادة من التطبيب عن بعد أو زيارات الفيديو. بالإضافة إلى ذلك، يمكن لمقدمي الرعاية اختيار تقديم الخدمات الطبية اختيارياً طالما أن نظام الرعاية الصحية لا تطغى عليه الحاجة إلى رعاية مرضي COVID-19 (ويمكن لمقدمي الخدمة تلبية معايير معينة (على سبيل المثال، وجود ما يكفي من معدات الحماية الشخصية). ومع ذلك، ونظرًا لأن COVID-19 لا يزال يمثل خطراً كبيراً، توصي الصحة العامة بأن تفكّر بعناية في أي إجراء أو جراحة اختيارية.

هل يمكنك تلقي خدمات طب الأسنان؟

تشكل خدمات طب الأسنان خطراً أكبر لانتشار COVID-19، لذلك يمكن فقط توفير رعاية الطوارئ وبعض خدمات رعاية الأسنان غير الطارئة. تحدث إلى طبيب الأسنان الخاص بك لمعرفة الخدمات المتاحة.

هل يمكنك الذهاب إلى مجموعة علاج اضطرابات في الصحة السلوكية أو تعاطي المخدرات أو تلقي الاستشارات الدينية؟

يمكنك الذهاب إلى الاستشارات الجماعية والمشاركة في مجموعات دعم الأقران، مثل مدنـي الكحول المجهولـين أو المدمنـين المجهـولـين، أو تلقي الاستشارات الدينية إذا كان هناك أقل من 10 أشخاص حاضرين هناك وتتبع متطلبات التبعاد الاجتماعي (الجسيدي) ومكافحة العدوى. يمكنك أيضاً الاستفادة من الجلسات التي تُعقد عن طريق الهاتف أو مؤتمر الفيديو إذا كانت متاحة وتلبي احتياجاتك.

هل لا يزال بإمكانك مغادرة المنزل للتبرع بالدم؟

يمكنك الاستمرار في التبرع بالدم في مراكز الصليب الأحمر ومواقع التبرع بالدم. لا يحظر الأمر عمليات التبرع بالدم إذا كانت تم اتباع ممارسات التبعاد الاجتماعي (الجسيدي). سيستمر الصليب الأحمر في الاحتفاظ بحملات التبرع بالدم للمساعدة في تلبية احتياجات المرضى وتنفيذ تدابير جديدة تضمن أن تكون عمليات التبرع بالدم ومرافق التبرع أكثر أماناً للمتبرعين والعاملين. يجب أن تكون مستعداً لارتداء غطاء الوجه القماشي أثناء تواجدك هناك.

التسوق والمطاعم

هل مراكز التسوق والمولات مفتوحة؟

يمكن أن تكون مراكز التسوق الداخلية والخارجية، ومراكز التسوق ذات الوجهة، والمولات ومنافذ البيع، وأسواق المبادلة مفتوحة للتسوق داخل المتاجر - بقدرة محدودة - إذا قاما بإعداد وتنفيذ ونشر (بروتوكولات الصحة العامة لمشغلى مركز التسوق) Protocols for Shopping Center Operators. يجب على الزبائن ارتداء غطاء الوجه القماشي وسيكون عدد الزبائن محدوداً لضمان التبعاد الجسيدي (الاجتماعي). الأعمال ذات



فيروس كورونا الجديد (COVID-19)

تأثير أمر مسؤول الصحة في الحياة اليومية الأسئلة الشائعة

المخاطر العالية الموجودة في مراكز التسوق والمولات (مثل دور السينما، والبارات والملاعب) مغلقة مؤقتاً. يتم إغلاق مناطق تناول الطعام ومقاعد الجلوس في مراكز التسوق الداخلية في هذا الوقت ولكن المطاعم في مراكز التسوق هذه يمكن أن تقدم خدمة توصيل وتسلیم الطعام وتناول الطعام في الهواء الطلق.

هل المطاعم مفتوحة؟

يجوز فتح المطاعم والمقاهي وشاحنات الطعام وساحنات الطعام والشركات المماثلة، لتوصيل الطعام، والاستلام من السيارة، والتسلیم، وتناول الطعام في الهواء الطلق. لا يُسمح بتناول الطعام في الأماكن المغلقة حالياً ويتم إغلاق الحانات في المطاعم. تحتاج المطاعم إلى الحد من عدد الطعام الخارجية، حتى يتم الحفاظ على التباعد الاجتماعي (الجسيدي).

إذا كنت تتناول الطعام في الهواء الطلق في مطعم، يمكن أن يكون هناك 6 أشخاص فقط على طاولتك. إذا كان ذلك ممكناً، انتظر في سيارتك حتى تتمكن من الجلوس. إذا كنت تدخل إلى منطقة تناول الطعام في الهواء الطلق أو تنتظر في انتظار مضيف أو في منطقة الحجوزات، أو منضدة المشهيات، أو عامل خدمة التوصيل والتوصيل أو أي منطقة انتظار أخرى أو زيارة الحمامات؛ يرجى الاحتفاظ بمسافة 6 أقدام أو أكثر من الأشخاص الذين ليسوا جزءاً من أسرتك وارتداء أغطية الوجه القماشية. يمكنك إزالة غطاء الوجه القماشي أثناء الجلوس على الطاولة وتناول الطعام وأو الشرب.

كيف يمكنك الحصول على وجبات مجانية أو مخفضة السعر؟

يتم تشجيع مطابخ النساء وبنوك الطعام والمنظمات الأخرى التي تقدم أغذية أو وجبات مجانية أو مخفضة السعر على الاستمرار في تقديم هذه الخدمات. قم بزيارة www.covid19.lacounty.gov/food للحصول على معلومات إضافية حول المصادر المتاحة.

الخدمات الدينية

هل يمكنك حضور لتقديم الخدمات الدينية؟

يمكنك حضور الخدمات الدينية القائمة على أساس شخصي إذا تم نشر واتباع متطلبات التباعد الاجتماعي ومكافحة العدوى في (بروتوكول المقاطعة لأماكن العبادة). على سبيل المثال - يجب أن يقتصر الحضور في التجمعات بالأماكن المغلقة على 25٪ من سعة البناء أو بحد أقصى 100 شخص - أيهما أقل. لا يوجد حد أقصى لعدد الحضور للخدمات الخارجية، طالما يمكن للمشاركين الحفاظ على مسافة 6 أقدام من بعضهم البعض. كما يتم تشجيع أماكن العبادة بشدة على مواصلة الخدمات الافتراضية (على سبيل المثال، المؤتمر عن بعد، أو الندوات عبر الإنترنت، أو البث المباشر) لأولئك الذين هم أكثر عرضة للإصابة بمرض خطير من COVID-19. يجب أيضاً تعديل الممارسات التي يمكن أن تنشر COVID-19. على سبيل المثال، لا يجب تمرير سلال أو أطباقي التبرع/العرض، إحضار كتب الصلاة أو البسط أو غيرها من أدوات اللمس المباشر المستخدمة في المراسم. أيضاً، يجب أن يتم الغناء والاشتاد فقط في الهواء الطلق بتباعد جسيدي أكبر بكثير أو من خلال طرق بديلة (مثل العرض عبر الإنترنت) بحيث يمكن لأفراد الجماعة أداء هذه الأنشطة بشكل منفصل في منازلهم.

هل يمكن للمؤسسات الدينية أن تقدم خدمات الدعم أو المشورة؟

يمكن للمؤسسات الدينية أن تقدم خدمات الدعم الأساسية، مثل بنك الطعام، إذا اتبعت متطلبات التباعد الاجتماعي (الجسيدي). إذا كانت الاستشارة عن بعد غير ممكنة، فيمكنها أيضاً تقديم الاستشارة الدينية، طالما أن هناك 10 أشخاص أو أقل ويقومون باتباع متطلبات التباعد الاجتماعي (الجسيدي) ومكافحة العدوى.

هل يمكنك العمل في مكتب بإحدى المؤسسات الدينية؟

إذا كان موقع عملك المعتمد مكتباً في مؤسسة دينية ولا يمكنك القيام بعملك من المنزل، يمكنك العودة إلى المكتب. ومع ذلك، إذا كان عمرك 65 عاماً أو أكثر، أو إذا كنت حاملاً، أو تعاني من حالة صحية مزمنة، فيجب عليك أن تسأل عما إذا كان يمكن تكليفك بعمل يمكنك القيام به من المنزل، لأنك أكثر عرضة للإصابة بمرض خطير إذا كنت مصاباً بـ COVID-19.

التجمعات والمناسبات

هل يسمح بالمؤتمرات أو الاجتماعات أو المناسبات الكبيرة الأخرى؟

لا، لا تزال المناسبات الكبيرة - مثل المؤتمرات أو المناسبات في مراكز المؤتمرات، سواء كانت عامة أو خاصة - غير مسموح بها.

هل يمكن إقامة مسيرات قائمة على قيادة المركبات (السيارات)؟

يمكن عقد المسيرات القائمة على قيادة المركبات (السيارات) إذا كانت متوافقة مع جميع القوانين المحلية، ومتطلبات التحكم في حركة المرور، وقوانين الولايات والقوانين المحلية، وجميع المتطلبات الأخرى الموضحة في (بروتوكول المسيرات القائمة على قيادة السيارات) Vehicle-Based Parade Protocol في المقاطعة. إذا كانت المنظمة تستضيف المسيرة، فيجب عليها تعين مضيف للتأكد من اتباع هذه القواعد. لا يمكن أن تتضمن المسيرات القائمة على قيادة السيارات أشخاصاً على دراجة أو دراجة بخارية أو سيارة مكسورة مع فتحة علوية أو سيارة بدون أبواب مثل عربة الغولف. إذا كانت أي من النوافذ الموجودة في السيارة مفتوحة، يجب على الركاب ارتداء غطاء الوجه القماشية.

هل يمكنك أنت أو عائلتك عقد تجمع أو حفلة؟



فيروس كورونا الجديد (COVID-19)

تأثير أمر مسؤول الصحة في الحياة اليومية الاسئلة الشائعة

لا، لا يُسمح بالتلجمعات الشخصية والعائلية أو الحفلات من أي حجم. ومع ذلك، يُسمح الآن بالمسيرات القائمة على قيادة المركبات (السيارات) حتى يمكن الاحتفال الخريجين وأعياد الميلاد وأيام خاصة أخرى وإنجازات بأمان. راجع قواعد ومتطلبات ([بروتوكول المسيرات القائمة على قيادة السيارات](#))

. [Vehicle-Based Parade Protocol](#)

تقديم الرعاية

هل يمكنك رعاية أحد أفراد العائلة أو صديق أو حيوان أليف يحتاج إلى مساعدة لرعاية نفسه في منزله أو اصطحابهم إلى مواعيدهم الضرورية؟
يمكنك تقديم الرعاية للأشخاص الضعفاء والمعاليين والحيوانات، بما في ذلك اصطحابهم للمواعيد. ومع ذلك، يجب عليك اتخاذ الاحتياطات الازمة، مثل التأكد من أنك لا تعاني من الحمى أو أعراض المرض قبل المغادرة لتقديم الرعاية، مع الاحتفاظ بما لا يقل عن 6 أقدام من الآخرين كلما أمكن ذلك، وارتداء غطاء الوجه القماشي (أو كمامه جراحية إذا كنت تعتنى بشخص مريض)، وغسل يديك بشكل متكرر أو استخدام معقم اليدين الذي يحتوي على الكحول بنسبة 60٪ على الأقل، بما في ذلك فور وصولك إلى المنزل ومغادرته.

هل يمكنك زيارة أحبائك في المستشفى، أو مرفق التمريض المهرة، أو غيرها من منشآت الرعاية السكنية؟
لحماية المرضى/المقيمين والزوار والعاملين في مجال الرعاية الصحية، لا يزال معظم الزيارات المباشرة وجهاً لوجه غير مسموح بها في مرافق الرعاية الصحية الجماعية المرخصة (على سبيل المثال، مرافق التمريض الماهرة ومنشآت الرعاية السكنية) وفي بعض المستشفيات، باستثناء ظروف معينة (زيارة طفل وزوار الأشخاص الذين يحتضرون). ومع ذلك، إذا لم يكن لدى منشآت التجمعات المعنية أي حالات جديدة لـ COVID-19 لمدة 28 يوماً أو أكثر، فيمكنها الآن تخفيف هذه القيود والسماح بزيارات إضافية. وبالمثل، نظرًا لأن العديد من المستشفيات لديها سياسة ارتداء الكمامه وسياسات لفحص الأعراض، فإن بعضها يسمح الآن للزوار. إذا كان الشخص المقرب لك موجود في منشأة، أسأل عما إذا كان يسمح بالزيارات. إذا لم يكن الأمر كذلك، فالرجاء استخدام طرق أخرى للتواصل، مثل المكالمات الهاتفية والرسائل النصية ومكالمات الفيديو.

الإسكان والسلامة

كيف يمكنك الامتثال للأمر إذا كنت تعاني من التشرد؟
يتم تشجيع الأشخاص الذين يعانون من التشرد على محاولة البقاء مع العائلة أو الأصدقاء، أو استطلاع خيارات السكنية، أو الوصول إلى المصادر الطارئة، مثل الملادي. يمكنك الاتصال على الرقم 1-1-2 للحصول على معلومات إضافية حول المصادر. يجب عليك أيضًا ارتداء غطاء الوجه القماشي عندما تكون على اتصال وثيق مع الآخرين والبقاء على بعد 6 أقدام أو أكثر من الآخرين كلما أمكن ذلك.

إذا كانت بيتك منزلك مسيئه، فهل تحتاج إلى البقاء في المنزل؟
لا. اتصل بالرقم 1-1-2 لتحديد بدائل دعم الإسكان الآمن. لا يجب عليك البقاء في بيوت غير آمنة.

هل يمكنك البقاء في مساكن الطلبة أو الملاجيء أو غيرها من الأماكن المجمعة؟
نعم، لكن عليك اتباع أي إجراءات اتخذتها المؤسسة للحد من انتشار المرض. يجب عليك ارتداء غطاء الوجه القماشي عندما تكون على اتصال وثيق بالآخرين ويجب أن تبقى 6 أقدام أو أكثر من الأشخاص كلما أمكن ذلك.

هل يمكن أن يتم طردك من منزلك أو شقتك أثناء سريان الأمر؟
أصدرت بعض السلطات القضائية المحلية إجراءات حماية المستأجر أثناء سريان الأمر. تحقق مع مكتب المدينة المحلي لمعرفة ما إذا كانت هناك حماية للطرد من سكنك. للحصول على معلومات إضافية حول وقف الإخلاء وتجميد الإيجار، قم بزيارة dcba.lacounty.gov/noevictions/.

الأنشطة القانونية والمدنية

هل يمكنك مغادرة المنزل للامتثال لأمر المحكمة؟
نعم. يمكنك مغادرة المنزل للامتثال لأوامر المحكمة أو أوامر الإنفاذ ولكن يجب أن تتبع ممارسات التباعد الاجتماعي (الجسدي)، بما في ذلك ارتداء غطاء الوجه القماشي عندما تكون على اتصال وثيق مع الآخرين، واحتياطات مكافحة العدوى.

هل يمكنك مغادرة المنزل لإجراء اختبار المواطنة؟
ستحدد الحكومة الفيدرالية ما إذا كان سيتم عقد اختبارات المواطننة. يرجى الاتصال بالوكالة الحكومية التي تقدم الاختبار لتحديد ما إذا كان يجب عليك الحضور. إذا كان مطلوبًا منك الحضور، فعليك ارتداء غطاء الوجه القماشي وممارسة التباعد الاجتماعي (الجسدي) أثناء تواجدك هناك. إذا كنت مريضاً، ابق في المنزل واسأل الوكالة التي تجري الاختبار عن خياراتك لإعادة تحديد موعد أو إجراء الاختبار من المنزل - إن أمكن.

هل يمكنك الزواج؟
نعم. يمكن للمؤسسات الدينية استضافة حفلات الزفاف إذا تم اتباع [بروتوكول المؤسسات الدينية](#). إذا أقيم الزفاف خارج المؤسسة الدينية، فيجب أن يقتصر الحضور على الزوجين والموظف والشاهد. ومع ذلك، يمكنك الذهاب المباشر أو تسجيل الحفل، حتى يتمكن الآخرون من المشاركة فعلياً أو مشاهدة حفل



فيروس كورونا الجديد (COVID-19)

تأثير أمر مسؤول الصحة في الحياة اليومية الأسئلة الشائعة

الزفاف لاحقاً. لأنه لا يُسمح بالجماعات حتى الآن، لا يمكن إقامة حفلات الزفاف. راجع [إرشادات إجراء حفلات الزفاف](#) أو قم بزيارة موقع الكاتب بمقاطعة لوس أنجلوس على: <https://www.lavote.net/home/county-clerk/marriage-licenses-ceremonies/general-info> لمزيد من المعلومات.

هل يمكنك المشاركة في المظاهرات العامة؟

كفرد، من حقك المشاركة في التعبير السياسي، بما في ذلك حقك في تقديم التماس للحكومة والمشاركة في المظاهرات العامة. خلال الوباء، يمكن أن تكون التجمعات الشخصية محفوفة بالمخاطر لأنها حتى إذا التزمت بالتباعد الجسدي، فإن الجمع بين أفراد الأسر المختلفة معًا ينطوي على خطر أعلى لانتقال COVID-19. قد تؤدي مثل هذه التجمعات إلى زيادة معدلات الإصابة، والعلاج في المستشفيات، والوفاة، خاصة بين السكان الأكثر ضعفاً. يمكن لأنشطة مثل الهاتف والصرخ والغناء والتلاوة الجماعية أن تنشر قطرات الجهاز التنفسي بسهولة أكبر، مما يجعل من المهم جداً أن يرتدي الأشخاص المشاركون في هذه الأنشطة أغطية الوجه في جميع الأوقات.

إذا كان لديك اتصال وثيق (في إطار 6 أقدام لمدة تزيد عن 15 دقيقة) مع أفراد من غير أفراد الأسرة الذين لا يرتدون أغطية الوجه، يجب أن تفك في نفسك على الأرجح قد تعرضت لـ COVID-19 ويجب أن تبقى في المنزل لمدة 14 يوماً وترافق نفسك من أجل أعراض COVID-19.

إذا كنت تعيش مع أشخاص كبار في السن أو الذين يعانون من ظروف عالية الخطورة، فيجب عليك أيضاً محاولة الحفاظ على مسافة ستة أقدام وارتداء غطاء الوجه عندما تكون معهم في المنزل.

إذا ظهرت عليك أعراض COVID-19، فاتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك وتحدث معه بشأن إجراء الاختبار.

إذا اخترت المشاركة في أي تجمع شخصي، فهناك [استراتيجيات](#) للحد من المخاطر عليك الآخرين.

اللياقة والترويح والترفيه

هل يمكنك الذهاب إلى صالة الألعاب الرياضية/مركز اللياقة البدنية؟

يمكن فتح الصالات الرياضية ومراكز اللياقة البدنية، والاستوديوهات المتعلقة باللياقة البدنية، وفيما يلي المنشآت التي يمكن فتحها عن النفس إذا اتبعت قواعد إعادة الفتح. إذا ذهبت إلى صالة ألعاب رياضية أو مركز ل اللياقة البدنية، فيستعين عليك ارتداء غطاء الوجه القماشي وقفازات طوال فترة وجودك، حتى عندما تمارس الرياضة، باستثناء وقت السباحة أو أثناء الاستحمام. مراكز اللياقة البدنية يمكنها تقديم دروس جماعية وتدريب شخصي في حالة اتباع متطلبات التباعد الاجتماعي (الجسدي) وعدم وجود اتصال جسدي بين شخص وأخر. لا يُسمح بالبرامج التي تتضمن التلامس واللمس المنكر للعناصر مثل الأحداث الرياضية الجماعية والأنشطة المنظمة بين الأجيال وكراهة السلة البليك آب والسباقات المنظمة. يمكن فتح حمامات السباحة والألعاب المائية، ولكن لا يُسمح بأحواض الاستحمام الساخنة، والجاكيزي، وأحواض السبا، وممارسات فريق السباحة، واجتماعات السباحة، وحفلات السباحة.

لحماية نفسك والآخرين من COVID-19 في صالة الألعاب الرياضية، لا تصل مبكراً أو تبقى بعد التمرين؛ وحافظ على مسافة 6 أقدام من الآخرين عندما يكون ذلك ممكناً؛ وقم بإحضار المنشفة والمعدات الخاصة بك (على سبيل المثال، سجاد اليوجا، والنظارات، ومشابك الأنف، وأدوات الغطس). إذا كنت أكثر عرضة للإصابة بمرض خطير من COVID-19 (على سبيل المثال، عمرك 65 سنة أو أكبر وأو لديك ظروف صحية نشطة أو غير مستقرة موجودة مسبقاً)، أسأل عما إذا كان لديهم ساعات خاصة أو قم بالحجر حتى تتمكن من تجنب الاتصال بالآخرين بقدر الإمكان.

هل حمامات السباحة مفتوحة؟

يمكن فتح حمامات السباحة العامة وحمامات السباحة في الصالات الرياضية ومراكز اللياقة البدنية والمرافق السكنية المشتركة (الشقق والوحدات السكنية وجمعيات أصحاب المنازل) إذا تم اتباع قواعد إعادة الفتح. يمكنك أن تأخذ دروس سباحة جماعية وخاصة بمفرده مع المعلم، ولكن يجب على المعلمين القيام بالتدريب من سطح حمام السباحة كلما أمكن ذلك، ولا يُسمح بفريق السباحة. لا يمكن استخدام حمامات السباحة في الواقع السكنية إلا من قبل مجموعات الأسر التي تعيش في مكان الإقامة، وهناك حدود لعدد الأشخاص الذين يمكنهم استخدام حمامات السباحة والمتجمعات الصحية في نفس الوقت. إذا كان لديك حمام سباحة خاص بك في منزل لعائلة واحدة، يمكنك أنت وأفراد أسرتك استخدامه ولكن لا يجب استضافة الحفلات أو التجمعات. إذا كنت في أي حمام سباحة، فالرجاء عدم مشاركة المناشف أو المشربوبات أو الطعام مع أي شخص من خارج منزلك؛ إحضار أدوات الغطس ومقاطع الأنف الخاصة بك؛ وعندما تخرج من الماء، قم بارتداء غطاء الوجه القماشي * واحفظ بمسافة 6 أقدام من الأشخاص الذين ليسوا في منزلك.

هل يمكنك الذهاب /اصطحاب الأطفال إلى الحديقة؟

نعم، ولكن عندما تكون في الحديقة، يجب أن تبقى على الأقل 6 أقدام من الأشخاص الذين ليسوا جزءاً من أسرتك. ومع ذلك، تبقى الملاعب والمسابح الداخلية والخارجية في المنتزهات مغلقة.

هل خيارات الترفيه في الهواء الطلق مثل الممرات والشواطئ وملعبات الجولف مفتوحة؟

يمكن فتح الممرات والشواطئ وغيرها من المساحات المفتوحة والمرافق الترفيهية الخارجية، بما في ذلك ملاعب الجولف وملعبات التنس وملعبات المضرب ونطاقات الرماية وإطلاق النار ومرافق الفروسية ومناطق الطائرات النموذجية وحدائق المجتمع ومنتزهات الدراجات، طالما أن الزائرين يتبعون



فيروس كورونا الجديد (COVID-19)

تأثير أمر مسؤول الصحة في الحياة اليومية الأسئلة الشائعة

القواعد المتعلقة بالتباعد الاجتماعي (الجسيدي)/الوصول. مع ذلك، لا يمكن عقد برامج ترفيهية أو أحداث عامة في هذه المواقع. يُسمح أيضًا برحلات الصيد المستأجر ومخطلات المجموعات الصغيرة طالما يتم اتباع قواعد التباعد الاجتماعي (الجسيدي) ومكافحة العدوى. يجب أن يكون كل شخص على متنقارب الخاص بك (باستثناء الطاقم) من أسرتك الخاصة، ولا يجب عليك ركوب السيارة بالقرب من أخرى في منطقة وقوف السيارات.

لا تزال الملاعب والألعاب المائية والمرافق المائية وأكشاك المتاجرة الامتيازية مغلقة. كما يتم إغلاق ملاعب كرة السلة وملاعب الكرة الطائرة وملاعب البيسبول وكرة القدم في الواقع العامة في هذا الوقت. ومع ذلك، يمكن إغلاق الشوارع أو المناطق الأخرى مؤقتًا أمام حركة مرور السيارات للاستجمام مثل المشي أو ركوب الدراجات، على الرغم من أنه لا يمكن عقد أحداث أو تجمعات في الشوارع المغلقة.

راجع ([بروتوكول إعادة الفتح Reopening Protocol](#)) للموقع الذي ترغب في زيارته للحصول على معلومات إضافية حول الأنشطة المسموح بها والأنشطة غير المسموح بها.

هل يمكنك استئجار معدات الأماكن الخارجية أو تسليمها قبل المغادرة؟

قد تكون المعدات الخارجية، مثل قوارب الكاياك وألواح ركوب الأمواج أو المجاذيف والقوارب والدراجات ومعدات الصيد والخوذات متاحة للتأجير/المغادرة إذا كان بإمكان المسعدين اتباع تعليمات التنظيف. ومع ذلك - كلما أمكن - يجب عليك إحضار معداتك الخاصة، حيث إن مشاركة المعدات يمكن أن تزيد من خطر انتشار COVID-19.

ما أنواع الرياضة التي يمكنك أنت أو أطفالك ممارستها؟

يمكنك القيام بأنشطة ترفيهية في الهواء الطلق أو الرياضات، مثل المشي أو المشي أو في طريق وعر أو ركوب الدراجات أو الجري أو ركوب الخيل ، طالما تتبع التباعد الاجتماعي (الجسيدي) و([بروتوكول إعادة الفتح Reopening Protocol](#)) المقاطعة المناسبة. يمكنك أيضًا ممارسة بعض الرياضات التي لا تتطلب اتصال بالأخرين، مثل الجولف أو التنس أو البيكسل بول. لا يمكنك ممارسة الرياضات التي تتضمن على معدات مشتركة أو اتصال جسيدي مثل كرة القدم أو كرة السلة أو كرة الطائرة أو البيسبول أو كرة الطلاء أو الجولف المصغر مع أي شخص من خارج منزلك، كما أن بطولات الدوريات الرياضية للشباب لم تفتح بعد.

هل يمكنك الذهاب إلى السينما؟

دور السينما ليست مفتوحة بعد، ولكن مسارح القيادة موجودة، طالما يتم اتباع ممارسات التباعد (الجسيدي) الاجتماعي ومكافحة العدوى.

هل يمكنك الذهاب إلى متحف أو حديقة نباتية أو معرض أو حديقة الحيوان أو حدائق الأحياء المائية؟

الأجزاء الخارجية من المتاحف والمعارض النباتية وحدائق الحيوان وأحواض السمك مفتوحة، لكن الأجزاء الداخلية والمعارض الموجودة في هذه الأماكن مغلقة حالياً. وهذا يشمل إغلاق الملاعب الداخلية ومناطق اللعب وهياكل التسلق وحدائق الحيوانات الأليفة ودور السينما الموجودة في هذه الأماكن. كما يتم إغلاق المعارض التفاعلية العملية في هذه المواقع والمظاهرات (بما في ذلك عروض الحيوانات الحية) إلا إذا تم اتباع المبادئ التوجيهية للتبعاد الاجتماعي (الجسيدي) وممارسات النظافة. المساعدة في منع انتشار COVID-19، يرجى فقط تضمين أفراد أسرتك فقط في زيارتك، وشراء التذاكر الخاصة بك عبر الإنترنت مقدمًا، وتجنب مشاركة المركبات، وارتداء [أغطية الوجه القماشية*](#)، والحفاظ على مسافة 6 أقدام من الموظفين والزوار الآخرين.

هل يمكنك حضور الأحداث الرياضية للمحترفين؟

يمكن استئناف الرياضة والتدريب للاحترافيين، ولكن في هذا الوقت، يجب عقد جميع الأحداث دون حضور المتفرجين.

هل الحانات ومصانع النبيذ مفتوحة؟

يتم حالياً إغلاق البارات ومصانع الجعة وحانات البيرة والحانات ومصانع النبيذ وغرف التذوق ومناطق البار في المطاعم في، باستثناء مبيعات التجزئة. لذلك، إذا كانت مصانع النبيذ ومصانع الجعة تقدم خدمة البيع بالتجزئة، فيمكنك شراء منتجات لأخذها إلى المنزل، مثل زجاجة النبيذ أو باليتة بيرة.

هل غرف الورق، الرهان بالأقمار الصناعية، حلبات السباق مفتوحة؟

يتم حالياً إغلاق غرف الورق، ومرافق الرهان بالأقمار الصناعية، ومرافق الرهان في مضمار السباق.

السفر

هل يمكنك الاستفادة من خدمات النقل العام أو مشاركة الرحلة (مثل [Lyft](#) أو [Uber](#))؟

يمكنك استخدام وسائل النقل العام أو استخدام خدمات مشاركة الركوب طالما أنك ترتدي غطاء الوجه أثناء رحلتك وفي مواقع/محطات حيث يوجد الآخرون وتبقي على بعد 6 أقدام أو أكثر من أشخاص الذين هم ليسوا جزءاً من أسرتك قدر الإمكان.

فيروس كورونا الجديد (COVID-19)

تأثير أمر مسؤول الصحة في الحياة اليومية الاسئلة الشائعة

هل يمكنك القيام برحلاة؟ •

نظرًا لأن السفر يزيد من فرص الإصابة بالعدوى ونشر COVID-19، فإن البقاء في المنزل هو أفضل طريقة لحماية نفسك والآخرين من الإصابة بالمرض. تم الإبلاغ عن حالات COVID-19 والوفيات في جميع الولايات الخمسين وفي العديد من المواقع الدولية. إذا لم يكن من الضروري بالنسبة لك السفر، فمن الأفضل لك تأجيل رحلتك. وإذا كنت مريضًا أو كنت بالقرب من شخص يعاني من COVID-19 خلال الـ 14 يومًا الماضية، فلا يجب أن تسفر.

يمكنك السفر خارج منطقتك إذا كنت بحاجة إلى تلبية الاحتياجات الأساسية، مثل احتياجات العمل الأساسية أو لرعاية ترتيبات ما بعد الوفاة. قبل السفر، تحقق من وجود أي قيود على السفر في المنطقة التي تأسف إليها، بما في ذلك أي متطلبات خاصة بالجنازات والتجمعات. راجع إرشادات مقاطعة لوس أنجلوس للجنازات على: <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/docs/business/GuidanceConductingFunerals.pdf>.

إذا كنت بحاجة إلى السفر، يمكنك اتخاذ خطوات بسيطة لتقليل فرصة انتشار COVID-19. لا تسفر مع أشخاص من خارج أسرتك أو مع أي شخص مريض. أغسل يديك كثيرًا وأو استخدم معقم اليدين الذي يحتوي على الكحول بنسبة 60٪ على الأقل وارتد **غطاء الوجه القماشي** عندما لا تكون في غرفتك. ضع في اعتبارك أفكارًا أخرى عند السفر، مثل التأكد من أنك خارج غرفتك عند تسليم أمتعتك أو عند تنظيف غرفتك، استخدام آلات التلوج فقط إذا كانت تعمل بدون لمس، وإحضار أغراضك الخاصة (مثل المناشف والنظارات ومشابك الأنف) إلى مركز اللياقة البدنية أو حمام السباحة.

هل المخيمات وحديقة المركبات الترفيهية مفتوحة؟ •

نعم! يمكن فتح المخيمات وحدائق المركبات الترفيهية إذا اتبعت قواعد إعادة الفتح، والتي قد تشمل تقليل الطاقة الاستيعابية للموقع للسماح بمسافات كافية. بالإضافة إلى ذلك، يجب إغلاق المساحات الخارجية المستخدمة للتجمعات والأنشطة الجماعية مثل الخي وحقائب النيران الجماعية والمطابخ ذات الاستخدام العام والمدرجات، كما يجب إغلاق المناسبات/التجمعات العامة مثل إشعال النيران الجماعية أو المخيمات الجماعية أو العروض التقديمية في المدرجات أو الموسيقى أو غيرها العروض غير مسموح بها.

لتقليل فرصة انتشار COVID-19، يجب عليك ارتداء **غطاء الوجه القماشي**، والبقاء على بعد 6 أقدام من الأشخاص الذين ليسوا جزءًا من وحدتك المعيشية وإحضار معداتك الخاصة. إذا كان ذلك ممكناً، قم بشراء الحطب أو الطعام أو أي عناصر أخرى مسبقاً أو قم بتسليمها إلى المخيم الخاص بك أو بحديقة المركبات الترفيهية. عند استخدام الحمامات المشتركة، تجنب وضع الأغراض الشخصية مثل فرش الأسنان مباشرة على أسطح المناضد. وأخيراً، شارك فقط في ركوب القوارب أو ألعاب كرة السلة/كرة الطائرة أو دورات الجبال أو تسلق الجدران مع أسرتك.

اعرف المزيد

• إعادة فتح مقاطعة لوس أنجلوس بشكل أكثر أمانًا في العمل وفي المجتمع بموجب أمر مسؤول الصحة لمكافحة COVID-19 وبروتوكولات حماية العمال والجمهور من COVID-19:

<http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>

• اتصل بالرقم 1-1-2 (خط معلومات مقاطعة لوس أنجلوس) إذا كانت لديك أسئلة حول COVID-19. يمكن للرقم 1-1-2 أن توفر معلومات عن الخدمات الاجتماعية وغير الربحية مثل المخازن الغذائية، ومتاجر المشردين، ومساعدة الإيجار، ومساعدة الرهن العقاري، ومساعدة المنشآت.

*معلومات هامة عن أغطية الوجه القماشية: تستخدم **أغطية الوجه القماشية** لتقليل خطر إصابة شخص مصاب بالفيروس ولا يعرف ذلك من نقل الفيروس إلى الآخرين. يجب على الأطفال الذين تقل أعمارهم عن عامين (بما في ذلك الرضع) وأي شخص يعاني من صعوبة في التنفس، أو فقد الوعي، أو غير قادر على إزالة غطاء الوجه دون مساعدة، لا يرتدي أي منها. كما تم إعفاء أولئك الذين تم إرشادهم من قبل مقدم الرعاية الطبية الخاص بهم بعدم ارتداء أي منها. يجب على الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم بين 2 و8 استخدامها ولكن تحت إشراف الكبار لضمان قدرة الطفل على التنفس بأمان وتجنب الاختناق. يُغى الأفراد الذين لا يُنصحون بارتداء غطاء الوجه القماشي من متطلبات أمر مسؤول الصحة لإعادة فتح أكثر أمانًا في العمل وفي المجتمع لمكافحة COVID-19 لارتداء أغطية الوجه القماشية.

